



	<p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=54Uct_CzsvY">https://www.youtube.com/watch?v=54Uct_CzsvY</a>  <a href="https://www.youtube.com/watch?v=kKQ96KbY3pI">https://www.youtube.com/watch?v=kKQ96KbY3pI</a>  -Веселые упражнения для развития мимики и снятия эмоционального напряжения.</p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=XigE0HbjK_o">https://www.youtube.com/watch?v=XigE0HbjK_o</a>  <a href="https://www.youtube.com/watch?v=IHfMmR-N0jE">https://www.youtube.com/watch?v=IHfMmR-N0jE</a>  - Гимнастика глаз  - секция «Я фокусник»:</p> <p><a href="https://yandex.ru/efir?stream_id=4adca55a631ba5f0bcb4877541103e01&amp;from_block=logo_partner_player">https://yandex.ru/efir?stream_id=4adca55a631ba5f0bcb4877541103e01&amp;from_block=logo_partner_player</a>  <a href="https://youtu.be/t0CgbplyF40">https://youtu.be/t0CgbplyF40</a>  Беседа на тему «Пожарная безопасность»  <a href="https://youtu.be/2K6unfB6dm0">https://youtu.be/2K6unfB6dm0</a>  - Обед-офлайн;  - Рефлексия</p>	<p>11.30 – 11.45</p> <p>11.45-12.00</p> <p>12.00-12.20</p> <p>12.20-13.00</p> <p>13.00-14.00</p> <p>14.00 -14.30</p>		
<p>Понедельник 02.10.2020г.</p>	<p>-Сбор детей,  - Приветствие и переключка;  - Утренняя зарядка  «В здоровом теле здоровый дух!»;  -Оргсбор-онлайн, тематическая направленность дня, расписание для тренеров;  -Завтрак-офлайн  - Занятие на тему: «Секция «Белая ладья»; <a href="https://chessfield.ru/chess-puzzles">https://chessfield.ru/chess-puzzles</a> <a href="https://chessday.ru/chess-tactics">https://chessday.ru/chess-tactics</a>  - Гимнастика глаз  Голову держать прямо. Поморгать, не напрягая глазные мышцы, на счет 10-15.  Не поворачивая головы (голова прямо) с закрытыми глазами, посмотреть направо на счет 1-4, затем налево на счет 1-4 и прямо на счет 1-6. Поднять глаза вверх на счет 1-4, опустить вниз на счет 1-4 и перевести взгляд прямо на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.  Посмотреть на указательный палец, удаленный от глаз на расстояние 25-30 см, на счет 1-4, потом перевести взор вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.  В среднем темпе проделать 3-4 круговых движения в правую сторону, столько же в левую сторону и, расслабив глазные мышцы, посмотреть вдаль на счет 1-6. Повторить 1-2 раза.  - посещение онлайн - «Зоопарк»:</p>	<p>08.40-09.00</p> <p>09.00- 09.10</p> <p>09.20-10.20</p> <p>10.20-11.00</p>	<p>Петрова О.Ю.  Муртузалиев Ш.М.  Ротарь Д.М.</p>	<p>Рассказать детям основы игры в шахматах и поиграть с ними. Все материалы размещаются в группе онлайн, фотоотчеты, онлайн консультации.</p>

	<a href="https://onlinezoos.com/ru/animals/panda">https://onlinezoos.com/ru/animals/panda</a> <a href="http://tvway.ru/index.php?file=10036">http://tvway.ru/index.php?file=10036</a> - пальчиковая гимнастика; <a href="https://www.youtube.com/watch?v=GcobXf1SgD0">https://www.youtube.com/watch?v=GcobXf1SgD0</a> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=nc6818JGM58">https://www.youtube.com/watch?v=nc6818JGM58</a> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=wE3YCR97mUM">https://www.youtube.com/watch?v=wE3YCR97mUM</a> - онлайн-игра «Слова»; - Беседа на тему «Профилактика экстремизма и терроризма» <a href="https://youtu.be/wMI_-Pb1oMY">https://youtu.be/wMI_-Pb1oMY</a> - Обед-офлайн; - Рефлексия	11.00-12.00  12.00 – 12.15 12.15-12.30 12.30-13.00  13.00-14.00  14.00 -14.30		
Вторник 03.11.2020г.	-Сбор детей, - Приветствие и переключка; - Утренняя зарядка «В здоров теле здоровый дух!»; -Оргсбор-онлайн, тематическая направленность дня, расписание для тренеров; -Завтрак-офлайн - Занятие на тему: «Путешествия по любимым местам»; <a href="https://www.youtube.com/watch?v=_zchsLWK0AE">https://www.youtube.com/watch?v=_zchsLWK0AE</a> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=T26YA92mxbE">https://www.youtube.com/watch?v=T26YA92mxbE</a> - Гимнастика глаз Голову держать прямо. Поморгать, не напрягая глазные мышцы, на счет 10-15. Не поворачивая головы (голова прямо) с закрытыми глазами, посмотреть направо на счет 1-4, затем налево на счет 1-4 и прямо на счет 1-6. Поднять глаза вверх на счет 1-4, опустить вниз на счет 1-4 и перевести взгляд прямо на счет 1-6. Повторить 4-5 раз. Посмотреть на указательный палец, удаленный от глаз на расстояние 25-30 см, на счет 1-4, потом перевести взор вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз. В среднем темпе проделать 3-4 круговых движения в правую сторону, столько же в левую сторону и, расслабив глазные мышцы, посмотреть вдаль на счет 1-6. Повторить 1-2 раза. - Праздники и развлечения «Традиции народов мира»; <a href="https://www.youtube.com/watch?v=Q8CaHjSel_0">https://www.youtube.com/watch?v=Q8CaHjSel_0</a> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=YS2eWdtlB3o">https://www.youtube.com/watch?v=YS2eWdtlB3o</a> <a href="https://udmrbd.ru/resources/show/vystavka-dlya-roditeley/semeynye-">https://udmrbd.ru/resources/show/vystavka-dlya-roditeley/semeynye-</a>	08.40-09.00 09.00- 09.10  09.20-10.20 10.20-11.00  11.00-11.30  11.30-12.00	Петрова О.Ю. Муртузалиев Ш.М. Ротарь Д.М	Все материалы размещаются в группе онлайн, фотоотчеты, онлайн консультации.

	<a href="http://traditsii-narodov-mira/">traditsii-narodov-mira/</a> «День народного единства». История праздника. <a href="https://youtu.be/SBTJ077S7B4">https://youtu.be/SBTJ077S7B4</a> Конкурс рисунков на тему « День народного единства» - Обед-офлайн; - Рефлексия;	12.00-12.30 12.30-13.00 13.00-14.00 14.00 -14.30		
Четверг 05.11.2020г.	-Сбор детей, - Приветствие и переключка; - Утренняя зарядка «В здоровом теле здоровый дух!»; -Оргсбор-онлайн, тематическая направленность дня, расписание для тренеров; -Завтрак-офлайн - Занятие на тему: «Что такое оригами» (поделки); <a href="https://www.youtube.com/watch?v=pYYthJPHc4w">https://www.youtube.com/watch?v=pYYthJPHc4w</a> - <b><u>ФМ для улучшения мозгового кровообращения:</u></b> 1. Исходное положение (далее - и.п.) - сидя на стуле. 1 - 2 - отвести голову назад и плавно наклонить назад, 3 - 4 - голову наклонить вперед, плечи не поднимать. Повторить 4 - 6 раз. Темп медленный. 2. И.п. - сидя, руки на поясе. 1 - поворот головы направо, 2 - и.п., 3 - поворот головы налево, 4 - и.п. Повторить 6 - 8 раз. Темп медленный. 3. И.п. - стоя или сидя, руки на поясе. 1 - махом левую руку занести через правое плечо, голову повернуть налево. 2 - и.п., 3 - 4 - то же правой рукой. Повторить 4 - 6 раз. Темп медленный. Беседа на тему: «Нет терроризму!!!» <a href="https://youtu.be/eMZCsNI9tX4">https://youtu.be/eMZCsNI9tX4</a> - Обед-офлайн; - Рефлексия;	08.40-09.00 09.00- 09.10 08.40-09.00 09.00- 09.10  09.20-10.20 10.20-11.00  11.00-12.00 13.00-14.00 14.00 -14.30	Петрова О.Ю. Муртузалиев Ш.М. Ротарь Д.М	Все материалы размещаются в группе онлайн, фотоотчеты, онлайн консультации. Приглашение специалиста для проведения онлайн-беседы.
Пятница 06.11.2020г.	-Сбор детей, - Приветствие и переключка; - Утренняя зарядка «В здоровом теле здоровый дух!»; -Оргсбор-онлайн, тематическая направленность дня, расписание для тренеров; -Завтрак-офлайн - Онлайн-трансляции шоу цирка Дю Солей:	08.40-09.00 09.00- 09.10  09.20-10.20 10.20-10.35	Петрова О.Ю. Муртузалиев Ш.М. Ротарь Д.М	Все материалы размещаются в группе онлайн, фотоотчеты, онлайн консультации.

	<p><a href="https://peterburg2.ru/events/onlayntranslyaciya-shou-cirka-dyu-soley-174962.html">https://peterburg2.ru/events/onlayntranslyaciya-shou-cirka-dyu-soley-174962.html</a></p> <p>- онлайн-игра «Костюм на Хэллоуин»;</p> <p><a href="https://jr.nickelodeon.ru/originals/igry/igra-kostyumu-na-khellouin">https://jr.nickelodeon.ru/originals/igry/igra-kostyumu-na-khellouin</a> (6-10 лет)</p> <p>- Нарисовать интересного персонажа придуманного самим или из любых фильмов, мультиков и т.д. (можно онлайн, для детей 11 лет и старше);</p> <p><a href="https://nsportal.ru/detskiy-sad/raznoe/2014/08/11/pravila-povedeniya-na-vode">https://nsportal.ru/detskiy-sad/raznoe/2014/08/11/pravila-povedeniya-na-vode</a> (для детей 11-17 лет)</p> <p>- Беседа на тему: «Влияние вредных привычек на наше здоровье».</p> <p>. <a href="https://www.youtube.com/watch?v=d8zuZ63leXo">https://www.youtube.com/watch?v=d8zuZ63leXo</a>;</p> <p><a href="http://arseniyev-gb.ru/vrednyie-privyichki-i-ih-vliyanie-na-zdorove-cheloveka">http://arseniyev-gb.ru/vrednyie-privyichki-i-ih-vliyanie-na-zdorove-cheloveka</a></p> <p>- Обед-офлайн;</p> <p>- Рефлексия</p>	<p>10.35-11.30</p> <p>11.30-12.30</p> <p>12. 30-13.00</p>		
<p><u>Понедельник</u> 07.11.2020г.</p>	<p>-Сбор детей,</p> <p>- Приветствие и переключка;</p> <p>- Утренняя зарядка</p> <p>«В здоровом теле здоровый дух!»;</p> <p>-Оргсбор-онлайн, тематическая направленность дня, расписание для тренеров;</p> <p>-Завтрак-офлайн</p> <p>- Занятие на тему: «Планеты космоса».</p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=2BOwSOU150g">https://www.youtube.com/watch?v=2BOwSOU150g</a> ( 11-17 лет);</p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=-WMnDR1CkVI">https://www.youtube.com/watch?v=-WMnDR1CkVI</a> (6-10 лет);</p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=kTzQ2q9SwlQ">https://www.youtube.com/watch?v=kTzQ2q9SwlQ</a> (все возраста);</p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=GoW8Tf7hTGA">https://www.youtube.com/watch?v=GoW8Tf7hTGA</a>(все возраста).</p> <p>- Гимнастика глаз</p> <p>закрывать глаза, сильно напрягая глазные мышцы, на счет 1-4, затем раскрыть глаза, расслабив мышцы глаз, посмотреть вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.</p> <p>Посмотреть на переносицу и задержать взор на счет 1-4. До усталости глаза не доводить. Затем открыть глаза, посмотреть вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.</p> <p>Не поворачивая головы, посмотреть направо и зафиксировать взгляд на счет 1-4, затем посмотреть вдаль прямо на счет 1-6. Аналогичным образом проводятся упражнения, но с фиксацией</p>	<p>08.40-09.00</p> <p>09.00- 09.10</p> <p>09.20-10.20</p> <p>10.20-11.00</p>	<p>Петрова О.Ю.</p> <p>Муртузалиев Ш.М.</p> <p>Ротарь Д.М</p>	<p>Все материалы размещаются в группе онлайн, фотоотчеты, онлайн консультации.</p>

	<p>взгляда влево, вверх и вниз. Повторить 3-4 раза.  Перенести взгляд быстро по диагонали: направо вверх – налево вниз, потом прямо вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.  - Лепка или рисунок на тему «Планеты солнечной системы»;  <a href="http://rodnaya-tropinka.ru/lepka-na-temu-kosmos/">http://rodnaya-tropinka.ru/lepka-na-temu-kosmos/</a> (лепка 6-10 лет);  <a href="https://www.maam.ru/obrazovanie/kosmos-lepka">https://www.maam.ru/obrazovanie/kosmos-lepka</a> (лепка 6-10 лет);  <a href="https://www.pinterest.ru/pin/850124867130831275/">https://www.pinterest.ru/pin/850124867130831275/</a> (все возраста);  <a href="https://www.pinterest.ru/mspashukhina/%D0%BA%D0%BE%D1%81%D0%BC%D0%BE%D1%81/">https://www.pinterest.ru/mspashukhina/%D0%BA%D0%BE%D1%81%D0%BC%D0%BE%D1%81/</a> (все возраста);  мастер-класс по рисованию на тему «Космос»:  <a href="https://www.youtube.com/watch?v=AXynpHQwppc">https://www.youtube.com/watch?v=AXynpHQwppc</a>  - Упражнения для улучшения мозгового кровообращения.  1. И.п. - сидя, руки на поясе. 1 - поворот головы направо, 2 - и.п., 3 - поворот головы налево, 4 - и.п., 5 - плавно наклонить голову назад, 6 - и.п., 7 - голову наклонить вперед. Повторить 4 - 6 раз. Темп медленный.  2. Упражнения для снятия утомления с мелких мышц кисти.  И.п. -сидя, руки подняты вверх. 1 - сжать кисти в кулак, 2 - разжать кисти. Повторить 6 - 8 раз, затем руки расслабленно опустить вниз и потрясти кистями. Темп средний.  3. Упражнение для снятия утомления с мышц туловища.  И.п. - стойка ноги врозь, руки за голову. 1 - резко повернуть таз направо. 2 - резко повернуть таз налево. Во время поворотов плечевой пояс оставить неподвижным. Повторить 4 - 6 раз. Темп средний.  4. Упражнение для мобилизации внимания. И.п. - стоя, руки вдоль туловища. 1 – правую руку на пояс, 2 - левую руку на пояс, 3 - правую руку на плечо, 4 - левую руку на плечо, 5 - правую руку вверх, 6 - левую руку вверх, 7 - 8 - хлопки руками над головой, 9 - опустить левую руку на плечо, 10 - правую руку на плечо, 11 - левую руку на пояс, 12 - правую руку на пояс, 13 - 14 - хлопки руками по бедрам. Повторить 4 - 6 раз. Темп - 1 раз медленный, 2 - 3 раза -средний, 4 - 5 - быстрый, 6 - медленный.  Беседа «Не переступи черту!!!» о вреде наркотических веществ на тему Просмотр антинаркотического клипа для подростков, профилактика пав, наркотиков  <a href="https://youtu.be/b-09nVEAREk">https://youtu.be/b-09nVEAREk</a>  - Обед-офлайн;  - Рефлексия</p>	<p>11.00-12.00</p> <p>12.00-12.30</p> <p>-</p> <p>12.30-13.00  13.00-14.00  14.00 -14.30</p>		
--	--	--	--	--

